



(<https://www.ricetteregionali.net/>)

Brodeto a la triestina



4 Persone

minestre Categoria

media Difficoltà

2 ore Tempo

Attrezzatura : **padella, tegame**

Ingredienti

- 1 kg di pesce (rospo, gronco, lucerna, ecc.)
- 200 gr di scampi
- 200 gr di seppie
- olio extravergine d'oliva
- 1 cipolla
- aglio
- vino bianco secco
- salsa di pomodoro
- prezzemolo
- 150 gr di frumento
- sale
- pepe

Preparazione Brodeto a la triestina

Passo 1.

Pulite ed infarinate il pesce.

Passo 2.

Soffriggetelo in olio d'oliva.

Passo 3.

Preparate un trito con la cipolla ed uno spicchio d'aglio e fatelo imbiondire, aggiungete quindi un cucchiaio di salsa di pomodoro e le seppie.

Passo 4.

Fate sfumare con un bicchiere di vino bianco secco, quindi aggiungete gli scampi ed i pesci precedentemente indorati.

Passo 5.

Aggiustate di sale e pepe e d aggiungete del prezzemolo tritato.

Passo 6.

Servite dopo un'ora circa.

Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 01/10/2015
- ✓ **Calorie:** 0 a porzione
- ✓ **Rating:** 4.0 (1 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)